

Uzbekistan

Informazioni Utili

Abbigliamento/Cosa mettere in valigia

L'abbigliamento per un viaggio in Uzbekistan è informale, a meno che non si soggiorni in strutture di lusso ove possa essere richiesto un dress code più elegante. Consigliati abiti leggeri in fibre naturali durante i mesi estivi. Capi di abbigliamento pesante, nell'inverno. Da non dimenticare cappello, occhiali da sole, creme protettive, abiti e scarpe comode per le escursioni. Per le visite nei luoghi religiosi si consigliano abiti che coprono bene gambe e braccia; inoltre è d'uopo sobrietà e discrezione, nel rispetto della cultura e delle tradizioni del posto.

Bagaglio in stiva e bagaglio a mano: peso e dimensioni

Ogni vettore aereo fornisce precise indicazioni sul peso del bagaglio da stivare e sulle dimensioni del bagaglio a mano: si consiglia di attenersi alle informazioni che vi verranno date al momento della prenotazione ed al momento di effettuazione del check in on line.

Clima – quando andare in Uzbekistan

Il clima in Uzbekistan è tipicamente continentale. Estati spesso molto calde, con una temperatura media sui 30°C e picchi oltre i 40°C in luglio nelle zone a Sud; altrimenti sull'altopiano le temperature non superano mai i 25-27°C. Gli inverni sono freddi e la temperatura media varia tra gli 0°C e i -8°C ma in certe aree si arriva anche a -15°C / -20°C (nel mese più freddo che è gennaio). Le precipitazioni sono limitate.

Cucina

La cucina uzbeka è un mix tra mondo asiatico e russo, comunque gustosa e varia. Per la preparazione dei piatti principali, per lo più a base di carne di pecora, cavallo, pollo e manzo, abbiamo una buona varietà di materie prime stagionali: durante l'estate frutta fresca (uva, melograno, albicocche), verdura e noci; mentre in inverno frutta secca e marmellate. Il Plov, uno spezzatino di montone con mix di cipolla, mele e verdure finemente affettate abbinato a riso stufato, è il piatto tipico. Il Kebab (qui chiamato Shashlyk), viene servito da solo, spesso come spiedino o in abbinamento con verdure, cipolle. Samsa è un altro piatto che si trova ovunque, dai ristoranti ai chioschi per strada. Preparato in molte varianti sostanzialmente è un fagottino di pasta sfoglia ripieno di carne e verdure. Zuppe, ravioli, ed altri piatti sempre a base di carne e verdure e spezie, accompagnati da pane o riso, sono ulteriori esempi della cucina uzbeka. Il tè è la bevanda tipica per gli uzbeki e le "sale da tè" (chiamate Chai-khanas) sono diffusissime.

Popolazione

La popolazione attuale è formata per circa l'80% da uzbeki mentre il resto è formato da una serie di minoranze di russi, tagichi, kazachi etc

Religione

Il 90% della popolazione è Musulmana, il restante è cristiano ortodossa e cattolica e protestante.

Lingua

La lingua ufficiale è l'uzbeko, appartenente al ceppo turco. Molto diffuso anche il russo. Il tagiko è d'uso comune nelle aree di Samarcanda e Bukhara. Nelle predette città è inoltre possibile reperire guide con una buona conoscenza dell'inglese e dell'italiano.

Fuso Orario

Da ricordarsi di mettere avanti le lancette del proprio orologio, ci sono infatti +4 ore rispetto all'Italia; +5 ore (con l'ora solare).

Documenti necessari per entrare in Uzbekistan

Passaporto necessario, con validità residua di non meno di tre mesi alla data di ingresso nel Paese. Visto d'ingresso: dal 1 febbraio 2019 entra in vigore per i cittadini di 45 Paesi, tra cui l'Italia, l'esenzione dal visto di ingresso. Il regime senza visto si applica ai cittadini italiani titolari di qualunque tipologia di passaporto (diplomatico, di servizio, ordinario) per un soggiorno fino a 30 giorni sul territorio della Repubblica dell'Uzbekistan, indipendentemente dallo scopo del viaggio. Il regime senza visto non si applica agli apolidi residenti in Italia che devono richiedere il visto presso l'Ambasciata Uzbecka a Roma. Il soggiorno di 30 giorni previsto dal regime senza visto si attiva dal momento in cui il cittadino straniero varca la frontiera statale della Repubblica dell'Uzbekistan. Al termine di 30 giorni i cittadini stranieri devono uscire dal Paese. Il superamento di 30 giorni rappresenta la violazione delle normative di soggiorno dei cittadini stranieri sul territorio della Repubblica dell'Uzbekistan e comporta una responsabilità amministrativa. Per un soggiorno superiore ai 30 giorni in Uzbekistan, i cittadini stranieri devono richiedere il rilascio del visto di entrata idoneo allo scopo del viaggio. A tale proposito informarsi preventivamente presso l'Ambasciata dell'Uzbekistan a Roma. Una volta entrati, è obbligatorio chiedere la registrazione temporanea, prevista per ogni tipo di permanenza in Uzbekistan, inderogabilmente entro 3 giorni, esclusi i giorni festivi e non lavorativi (domenica). Il suddetto periodo viene calcolato a partire dalle ore 00,01 del giorno successivo all'arrivo. La registrazione non è richiesta per i minori di 16 anni. La registrazione non è richiesta inoltre se il soggiorno è inferiore ai 3 giorni e nel caso di ingresso nei giorni festivi o non lavorativi (domenica) e un periodo di tre giorni feriali consecutivi, al termine del quale si lasci il Paese.

Vaccinazioni e precauzioni sanitarie

Non sono richieste vaccinazioni obbligatorie. Si consiglia come sempre di seguire alcune accortezze come bere esclusivamente acqua da bottiglie sigillate (senza aggiunta di ghiaccio), non mangiare verdure crude, mangiare frutta solo se sbucciata.

Dogana

All'ingresso nel Paese è necessario compilare una dichiarazione doganale, se si importa in Uzbekistan una somma superiore a 2.000 dollari USA. Analogamente, all'uscita dal Paese, occorre dichiarare le somme superiori a 2.000 dollari USA, ed essere in possesso della dichiarazione compilata all'arrivo,

facendo attenzione che la somma dichiarata in uscita sia inferiore a quella dichiarata all'ingresso.

Telefono

Per chiamare l'Uzbekistan dall'Italia si compone il prefisso del Paese 00998 + le cifre del destinatario. Dall'Uzbekistan verso l'Italia: 00 39 + il numero del destinatario comprensivo di 0 iniziale.

Energia elettrica

Il voltaggio è di 220 Volt. Si possono trovare prese di tipo europeo (a due poli) o a tre poli. In generale è utile quindi procurarsi un adattatore.

Valuta

La valuta locale è il Sum (UZS). Euro e Dollari americani vengono accettati, ed è consigliabile avere contanti da cambiare presso le banche o negli hotels al cambio ufficiale. E' proibito cambiare valuta al mercato nero. Accettate le più diffuse carte di credito negli hotels e nei luoghi di maggiore affluenza turistica. Le banche sono aperte dal lunedì al venerdì dalle 09:30 alle 17:30. Come dicevamo è consigliato portare con sé contanti (dollari o euro) in quanto l'utilizzo di carte di credito per i pagamenti soprattutto nei piccoli centri così come la presenza degli ATM per ritiro di denaro è ancora poco diffusa.

Acquisti/Shopping

Con l'indipendenza acquisita c'è grande incentivazione al recupero delle tradizioni locali e dell'artigianato uzbeko assai ricco e vario: dalla lavorazione della ceramica, a quella della pietra; dal cesello su metallo, agli stucchi e all'intaglio del legno; dalla produzione di gioielli, ai tessuti ricamati, alla seta agli oggetti in cuoio. Naturalmente non possiamo dimenticare la produzione dei tappeti che è parte integrante della cultura uzbeka, ma non tutti sono realizzati a mano e per l'acquisto è necessario un certificato di esportazione. Un cenno meritano anche le spezie che secondo tradizione troviamo sugli scaffali dei bazar di ogni città o villaggio.